

## 本学キャリア教育プログラムが学生の自己効力感に及ぼす効果

### The Effect which the Career Education Program of Miyazaki Municipal University Exerts on a Student's Feeling of Self-efficacy

川瀬隆千・辻 利則・竹野 茂・田中宏明

進路選択過程に対する自己効力感に関する従来の研究や、大学生の進路選択、就職活動をめぐる現状、本学におけるこれまでの取り組みを踏まえ、宮崎公立大学人文学部では2004年度からの新カリキュラムの中にキャリア教育科目を導入し、本格的にキャリア教育に取り組む方向を打ち出した。その目的は、学生一人一人の自己理解を促進し、進路探索の機会を与え、長期的な視点で進路を設計し、適切な進路を主体的に決定できるよう支援することであり、そのような取り組みは、学生の進路探索への動機づけとなり、進路選択能力・進路選択に対する自信を高めるであろう。すなわち、主体的な進路選択、主体的な進路決定に結びつくであろう。ここでは、2005年前期に開講された「キャリア設計」の講義が、受講生の進路選択に対する自己効力感と結果期待に与える影響について検討した。「キャリア設計」開講直後の4月と終了時の7月に質問紙調査を行い、その変化を検討した結果、進路選択過程に対する自己効力感と結果期待は、「キャリア設計」の前後で、有意に上昇していた。その効果は男子学生より、女子学生において大きく、また、自己効力感の初期値が低い学生において、高い学生よりも大きかった。これらの結果は、「キャリア設計」の講義が学生全体の底上げに効果的であったことを示すものである。最後に、このような結果を踏まえて、キャリア教育プログラムの今後の展開について議論した。

キーワード：キャリア教育、進路選択、自己効力感、結果期待

#### 目次

- I 問題提起
- II 職業選択に対する自己効力感
- III 宮崎公立大学のキャリア教育プログラム
- IV 「キャリア設計」の内容と方法
- V 進路選択過程に対する自己効力感と結果期待の調査
- VI 本学キャリア教育の将来展望

## VII 文献

## VIII 資料

## I 問題提起

現在、大学生、特に人文系や社会科学系の学生に対する求人はいわゆる自由応募の形を取っている。学生は、専攻する学部学科に関係なく、誰でも自由に応募することができる。このこと自体、悪いことではないが、この自由応募という形式が、大学生にとっては大きな障害になっているという指摘がある。現実的な体験が不足している学生にとって、現実とのすり合わせは困難な課題だからである（労働政策研究・研修機構、2004）。将来の職業について真剣に考えたことのない学生が多いため、業種や職種の絞り込みが困難になる。あるいは、さまざまな就職情報に圧倒されて、自分は何がやりたいのかが分からなくなったりする。そのために、自信をなくしていく学生も多いのである。大学では勉強と職業とを結びつけて考える機会が与えられていないため、多くの学生は就職活動の時期になってはじめて職業について考え始める。大学生が就職を控えて大きな困難にぶつかる原因の1つは、大学が学生に対して就職や進路について考えさせる時間や場を提供してこなかったことによるのではないだろうか。

安達（2001b）は、わが国の高等教育機関では、授業場面で習得する学問と職業とのつながりが確立されていないことを指摘し、大学における就職指導は、資料請求や面接のノウハウ、企業の採用要件や求人倍率に関する情報の提供というような形で行われるだけであると述べている。勉強と職業を結び付けて考える機会を与えてこなかったことは、大学における進路指導、キャリア教育システムの欠陥であろう。

そのような現状の中、学生の多くは、企業訪問や就職試験などの就職活動を通して、自分のやりたいことを発見していく。学生は、就職活動という実践を通して、体験的に自己理解を深めていくのである。逆に言えば、自己理解を促進し、学生を「大人」にしていくのは就職活動であり、大学の教育効果ではないということだ。

しかし、就職活動が本格的に開始されるのは、3年生の後期からである。そして、そのピークは4年生である。自分のやりたいことを発見した時には、意思決定をしなければいけない時期になっている。もう少し時間がほしいというのが本音だろう。

もちろん、本学も含め、多くの大学では、1年次から進路ガイダンスなどを実施して、学生に進路について考えさせようとしているが、単発の、しかも任意参加のガイダンスには限界も多い。ガイダンスは、多くの場合、自由参加（任意参加）である。先のことを考えている学生は参加するが、そういう意識の乏しい学生は参加せず、学生の2極分化が生じると言う指摘もある。就職担当の職員は一生懸命取り組むが、教員は学生の就職に無関心と言う現実も見られる。ガイダン

スは就職支援事業と言う位置づけに過ぎないからである。

学生が自分のやりたいことを探すには時間がかかるし、一人で考えてもなかなか深まらない。だから、いろいろな情報や他者とのコミュニケーションが必要になるのだが、単発のガイダンスではそのような機会を提供できない。そもそも何がやりたいのかわからない学生に、自分のやりたいことを探ささいと言っても無理である。進路探索において必要なのは、自分がやりたいことを探すための時間と情報、そして、何よりもそのきっかけであろう。根本的な問題解決のためには、大学のカリキュラムそのものを、勉強と職業を結び付けて考えさせるような方向に変えていかなければならないと思われる。もちろん、それは単なる就職支援や、職業斡旋であってはならない。自らの進路を主体的に選び取ることができる学生を育てることが望まれるのである。このようなプログラムを展開するためには、進路指導をカリキュラムの中に適切に位置づけ、専任教員が指導に当たる必要があるのである。

本学キャリア教育はこのような反省の上に実施されることになった。本学では、キャリア教育をカリキュラムの中に適切に位置づけ、専任教員が指導に当たることにより、学生が主体的に進路を考えるための時間と情報を提供するようになったのである。このような取り組みは、学生たちの進路選択に関する自信を高めるであろう。

## II 職業選択に対する自己効力感

自己効力感とは、「ある課題をうまく遂行する能力に関わる信念」あるいは「ある課題や行動に対する自信」である（宗方, 2002）。つまり、ある課題を遂行できる可能性についての自分自身の判断のことであり、課題遂行のために必要な技能を持っているかいないかにかかわらず、できると思うかどうかを問うものである（廣瀬, 1998）。

自己効力感は行動に直接的に影響を与えると仮定されており、特定の課題に対する自己効力感が高ければ、その課題に対して頻繁に働きかけると予想される。そして、それが良い結果につながることになる。逆に、自己効力感が低いと、その課題に対する行動を避けるようになり、得られる結果のレベルも低下すると考えられる（廣瀬, 1998）。

自己効力感キャリア発達を考える際の重要な要因になるだろう。進路に対する自己効力感の高い人は、自分自身の将来について目標を立て、その目標を達成するための計画を立案し、それを実行することが“できる”と考えている人である。そして、そのような人は、進路という自分自身の課題に頻繁に働きかけ、その結果、良い結果、高い成果をあげるだろう。したがって、キャリア教育の目的は進路に対する自己効力感、特に、学生の進路選択過程に対する自己効力感を高めることである。

進路選択過程に対する自己効力感とは、ある特定の分野を自分の進路として選択する過程そのものについて、どの程度自信を持っているかを指す。つまり、進路選択の過程において必要とな

る具体的な行動に対する自信であり（廣瀬, 1998）、進路選択をめぐるさまざまな問題を解決するために、計画を立てたり、自分自身の適性を評価したり、職業に関する情報を収集したりすることに対する自信である。これらの行動を適切に行うことができるという自信が職業への興味を広げ、進路目標を設定させ、適切な就職活動に向けさせるのである。

安達（2001a）は、社会認知的キャリア理論（Lent et.al., ただし、宗方, 2002より引用）に基づき、進路選択過程に対する自己効力感と結果期待、および就業動機が、進路探索意図と進路探索行動に及ぼす効果について検討した。

社会認知的キャリア理論は、自己効力感と結果期待、目標設定などの社会認知的変数と外的サポートや障害などの環境変数、性別・人種・身体的健康などの背景変数によって、職業興味や職業選択を説明する理論である（宗方, 2002）。社会認知的キャリア理論によれば、自己効力感が高く、価値ある結果が得られると判断（結果期待）する時、人は職業に対して興味を持ち、進路目標を設定すると考えられる。就業動機は未入職者が未来の仕事状況に対してもつ動機であり、自己向上志向、上位志向、対人志向の3つの下位尺度から構成される。自己向上志向は、職業に対する内発的な動機を反映した傾向であり、上位志向は仕事場面で社会的地位や名声を重視する傾向を言う。また、対人志向は仕事を通じた人との接触に重きを置く傾向である。進路探索意図とは、進路活動を計画立案し、行動を具現化しようとする意図を指す。進路探索行動には、環境探索行動と自己探索行動が含まれ、前者は職業世界に対する情報収集行動であり、役立つ知識の会得やセミナーへの参加などの行動をさす。後者は自己理解や自己洞察に関連した行動であり、自分と職業を関連付けて考える、自分自身についてじっくり考えるなど行動を指すものである。

検討の結果、進路選択過程に対する自己効力感と結果期待は、それぞれ就業動機を媒介として、進路探索意図に肯定的な影響を及ぼすことが認められた。特に、このプロセスにおいては、自己向上志向の影響が大きかった。つまり、進路選択過程に対する自己効力感と結果期待が高いものは、進路活動を計画し、具体的に行動を起こそうとする傾向が強いが、そのプロセスには、将来のために目標を持って努力しようとする職業に対する内発的な動機が大きな影響を及ぼしていたのである。また、進路選択過程に対する自己効力感、就業動機を媒介とせず、進路探索行動に直接的に影響を及ぼしていた。つまり、自己効力感が高いものは、職業に関する情報収集をしばしば行っており、セミナーなどへの参加も多く、また、自分自身についてじっくり考えるとともに、自分と職業を関連付けて考えていた。ただし、進路探索行動に対する結果期待の影響は認められなかった。

安達（2001b）は、進路選択過程に対する自己効力感、就業動機は職業に対する興味や関心などに影響を及ぼし、結果として、職業未決定に対して抑制的に働くとし、女子短大生を対象に、自己効力感と就業動機、職業未決定との関係を検討した。

進路選択過程に対する自己効力感、因子分析によって、自己評価に対する効力感と職業情報の収集に対する効力感の2つの因子に分けられた。自己評価に対する効力感とは、自分の適性や

能力について理解を深め、明確化することへの効力感であり、職業情報の収集に対する効力感とは、就職に関連する情報を得たり、問い合わせを行うことへの有能感である。就業動機については、安達（2001a）と同様に、自己向上志向動機、上位志向動機、対人志向動機の3つの動機に分けられた。さらに、職業未決定は、職業決定を先延ばしにしたり、避けたり、決定までにもう少し時間がほしいなどの傾向である。

これらの変数間の関係を検討した結果、自己評価に関する効力感は、1年生、2年生ともに、自己向上志向動機に影響を与えていた。つまり、自分の適性や能力について理解を深め、明確化することへの効力感が高いものほど、職業に関する知識や技術の会得、積極的な職業探索、価値ある課題に挑戦する傾向が高かった。2年生においては、自己評価に対する効力感と自己向上志向動機が就業未決定に影響していた。つまり、自分の適性や能力について理解を深め、明確化することへの効力感が高いものほど、また、職業に関する知識や技術の会得、積極的な職業探索、価値ある課題に挑戦する傾向が高いものほど、職業決定を先延ばしにしたり、避けたりするような傾向が少なかったのである。一方、1年生においては、職業情報の収集に対する効力感が就業未決定に影響していた。つまり、就職に関連する情報を得たり、問い合わせを行うことへの有能感が高いものほど、職業決定を先延ばしにしたり、避けたりするような傾向が少なかった。

浦上（1996a）は、幼児教育学科と教養学科の女子短大生を対象に、進路選択過程に対する自己効力感と就職活動との関連、および、就職活動の度合いが、一般的な自己概念と職業的な自己概念の明確化に与える影響について検討した。

就職活動については、自己や職業について考え、理解しようとする傾向である「自己と職業の理解・統合」と、就職活動の計画や実行の度合いである「就職活動の計画・実行」の2つの側面から捉えられた。また、自己概念の明確化については、自分自身の興味・価値観・能力についての明確化の程度を測定した。

その結果、進路選択過程に対する自己効力感「自己と職業の理解・統合」に肯定的な影響を与え、それが職業的な自己概念を明確化する働きをしていた。また、進路選択過程に対する自己効力感「就職活動の計画・実行」に肯定的な影響を与え、それが一般的な自己概念を明確化し、一般的な自己概念の明確化が職業的な自己概念を明確化する働きをしていた。つまり、進路選択過程に対する自己効力感の高いものは、自己や職業について考え、理解しようとする傾向が高く、就職活動の計画や実行の度合いも高かった。そして、そのような就職活動を通して、職業的な自己概念が明確にされていったのである。

浦上（1996b）は、女子短大生を対象に、進路選択過程に対する自己効力感が就職活動に影響を与え、それが自己成長力に影響する過程について検討した。この研究では、浦上（1996a）が示した就職活動についての2つの行動群（自己と職業の理解・統合、就職活動の計画・実行）に加えて、「就職活動に対する振り返り」という行動群を設け、進路選択過程に対する自己効力感との関連を検討した。また、進路指導においては、自らを高めていこうとする態度や力を育てる

ことが重要であると指摘し、それを自己成長力と捉えて、進路選択過程に対する自己効力感、就職活動に関する3つの行動群と、自己成長力の関連について検討した。

その結果、進路選択過程に対する自己効力感は就職活動についての3つの行動群に肯定的な影響を与えていることが認められた。就職活動に対する振り返りという新たな変数が導入されているが、進路選択に対する自己効力感が就職活動に影響するという点については、浦上(1996a)の結果を確認するものである。また、就職活動についての行動群のうち、自己と職業の理解・統合と就職活動の計画・実行が、就職活動に対する振り返りに関連していた。特に、就職活動の計画・実行と就職活動に対する振り返りとの関連が大きかった。さらに、進路選択過程に対する自己効力感と自己と職業の理解・統合、就職活動に対する振り返りが自己成長力を規定するという関係が認められた。進路選択過程に対する自己効力感と自己成長力は共に自己の力についての判断であるという共通性を持つためであろう。また、自己や職業について考え、理解しようとする傾向が高く、自分を見つめなおしたり、就職活動を見直したりする傾向が高いものは、自らを高めていこうとする態度や力が強い。このことは、職業や就職という観点から自分自身を考え直すことが自らを伸ばしていこうとするきっかけになっていることを示すものであろう。

これまで見てきたように、進路選択過程に対する自己効力感が高いことは、進路探索意図や進路探索行動を促進し、就職未決定を抑制することにつながる。また、自己と職業の結合を促進することで自己概念を明確化し、計画的な就職活動の実行を促すことで、自己成長力を高めることにつながるのである。

では、進路選択過程に対する自己効力感を高めるには、どのようにすればよいのであろうか。宗方(2002)はLent et al.を引用して、自己効力感と結果期待は、学習経験によって規定されると述べている。進路に対する適切な学習経験が、進路選択過程に対する自己効力感と結果期待を高めると予想できる。

この点について、安達(2004)は、大学の少人数のクラス(23人)を対象にキャリア教育プログラムを実施し、その効果を①就業動機、②職業未決定、③進路選択に対する自己効力感、④進路選択に対する結果期待の各尺度で測定した。

1回90分×7回のプログラムは、①自分と自分のこれからを考える、②社会・会社を知る、③まとめ・振り返り、という3つの要素から構成されていた。7回のプログラムの前後で、上記の4尺度を実施した結果、進路選択に対する結果期待を除き、概ね望ましい変化が認められた。すなわち、プログラムの実施によって、就業動機が上昇し、職業未決定は低下した。さらに、進路選択に対する自己効力感が上昇したのである。

安達は、このようなプログラムが、将来やキャリアについて考えたことのない学生に、自分のこれまで、これからについて考えさせ、仕事社会に目を向けさせ、それらを結びつけて理解を深める機会を提供するものであると述べている。また、このようなプログラムは、入学して間もない低学年など、職業選択から心理的・時間的に遠い学生に向けた導入教育の形で活用されること

が望ましいという。早い段階から働きかけを行うことで、職業選択だけではなく、大学で学ぶ意味や4年間の過ごし方を考えさせることができるからである。

### Ⅲ 宮崎公立大学のキャリア教育プログラム

進路選択過程に対する自己効力感に関する従来の研究や、大学生の進路選択、就職活動をめぐる現状、本学におけるこれまでの取り組みを踏まえ、本学人文学部では2004年度からの新しいカリキュラムにキャリア教育科目を導入し、本格的にキャリア教育に取り組む方向を打ち出した。

その目的は、学生一人一人の自己理解を促進し、進路探索の機会を与え、長期的な視点で進路を設計し、適切な進路を主体的に決定できるよう支援することである。そのような機会の提供は、進路探索への動機づけとなり、進路選択能力を高め、進路選択に対する自信を高めるであろう。すなわち、主体的な進路選択、主体的な進路決定に結びつくであろう。

上記の目的を達成するため、本学では、カリキュラムの中にキャリア教育科目群を設置し、体系的・組織的に学生のキャリア設計を支援する体制を整えた。また、教授会の中にキャリア教育委員会を設置し、キャリア教育プログラムを組織的、継続的に運営するシステムを作った。さらに、従来、学生課によって行われてきた進路ガイダンスとも部分的に連携し、キャリア教育を具体的な就職・進路支援活動につなげていくことにした(図1参照)。

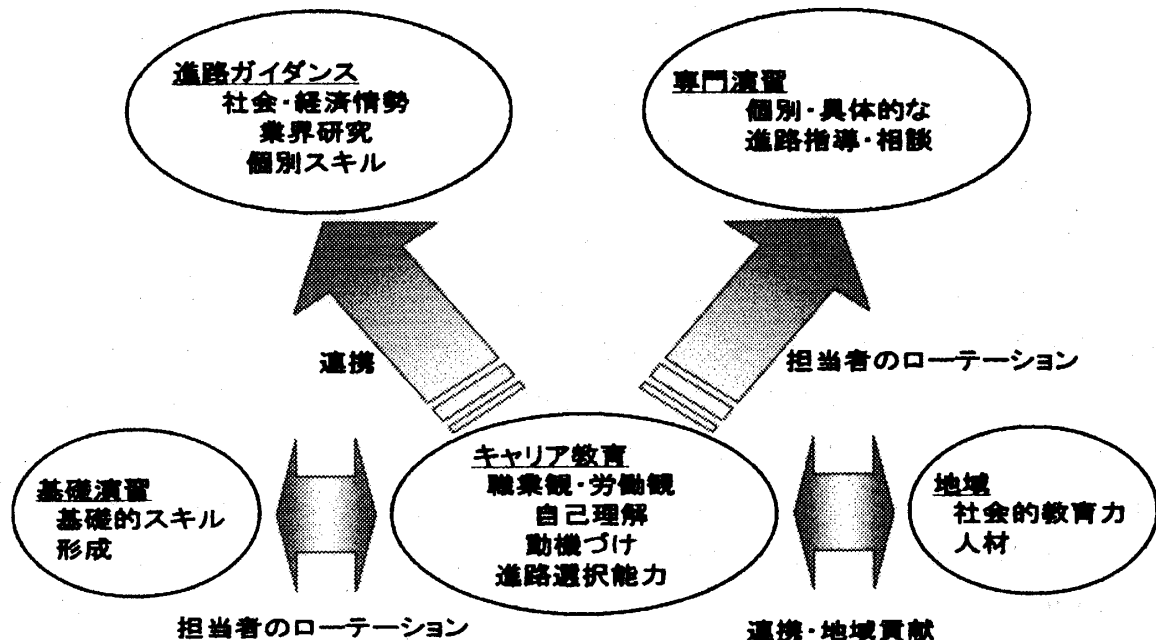


図1 本学のキャリア教育の位置づけ

キャリア教育科目群には、「キャリア設計」、「ボランティア論」、「インターンシップ論」、「社会人実践教養」の4科目をおいた。このうち、「キャリア設計」は必修科目で、2年前期に開講される。「ボランティア論」(2年後期)、「インターンシップ論」(3年通年)、「社会人実践教養」(3年後期)の3科目は選択科目である。

これらの科目はそれぞれ複数の専任教員が持ち回りで担当する。この点は、本学キャリア教育プログラムの特徴の一つである。持ち回りで担当することは、教員全体の意識を変えていくことにつながるだろうし、専任教員のキャリアアップも図ることができる。さらに、一部の教員だけに負担をかけることなくキャリア教育を運営することができるのである。

本学人文学部のキャリア教育プログラムは2005年度から本格的に実施され、2005年10月現在、「キャリア設計」は終了、「ボランティア論」が展開されている。

#### IV 「キャリア設計」の内容と方法

「キャリア設計」はすべての学生が受講する必修科目として2年前期に配置されている。必修科目という性質上、「キャリア設計」はキャリア教育プログラムの総論的な性格を持つように構成した。すなわち、その内容は、①適性検査による自己理解(90分×3回)、②社会人講師の講話による職業理解(90分×5回)、そして、③グループワークによる進路探索(90分×4回)である。

自己理解については、従来から進路ガイダンス等で行われてきた適性検査を講義の中に取り入れたものである。従来の適性検査は希望者にだけ実施されていたが、必修の講義の中に組み込んだことにより、2年生のすべての学生が参加することになった。検査の実施とその解説は、従来どおり、外部講師により行われた。

職業理解についての講義内容は、地元の若手経営者2名、および本学卒業生3名の社会人講師による講話と質疑応答から構成された。いずれの講師についても、学生から多くの質問が寄せられた。他の講義では見られないような活発な学生の姿が見られた。

グループワークによる進路探索においては、「仲間を募って話してみたい進路に関するトピック」を学生から上げさせ、出されたトピックに基づいてグループ分けを行った。グループの離合集散もあったが、最終的に、それぞれのグループで「理想の履歴書」を書かせた。これは学生一人一人に理想の進路を具体的に探索させるためである。最終回の講義において、これらの履歴書を発表させた。

全講義終了後、講義内容を踏まえて、進路探索と今後の学生生活に関するレポートを提出させた。



## V 進路選択過程に対する自己効力感と結果期待の調査

### 1 目的

本学キャリア教育プログラムは始まったばかりであるが、導入直後にその効果を検討しておくことにより、今後のプログラム展開のために有効な情報を得ることができるだろう。そこで、2005年前期に開講された「キャリア設計」の講義が、受講生の進路選択に対する自己効力感と結果期待に与える影響について検討した。

本学キャリア教育プログラムの目的は、学生に進路探索の機会を与え、長期的な視点で進路を設計し、適切な進路を主体的に決定できるよう支援することであるが、そのようなプログラムは進路選択に対する自己効力感と結果期待を高めるであろう。

### 2 方法

本学のキャリア教育プログラムが学生の進路選択過程に及ぼす効果を検討するため、「キャリア設計」の受講生を対象に、進路選択過程に対する自己効力感と結果期待に関する調査を行った。調査は「キャリア設計」の講義を開始した直後の4月20日(4月調査)と、講義が終了した7月6日(7月調査)の2回行い、その変化を検討した。

対象者は「キャリア設計」を受講している宮崎公立大学の2年生214名であったが、2回の調査のどちらにも回答した196名のデータを分析に使用した。男子学生は49名、女子学生は147名であった。

使用した質問紙は「進路選択に対する自己効力感尺度」と「進路選択に対する結果期待尺度」である。どちらも安達(2001a)が用いたものを使用した。前者は進路選択、問題解決、計画立案、自己適性評価、職業情報の収集に関する自己効力感について、それぞれ10項目、合計50項目で測定するものである。回答は「非常に自信がある」から「まったく自信がない」までの5段階評定である。また、後者は4項目からなる尺度で、「非常によく当てはまる」から「まったく当てはまらない」までの5段階で評定するものである。なお、使用した質問項目については、資料に掲載した。

質問紙は講義中に教室で配布し、その場で回答させた。回答に際しては、使用目的を限定する旨、受講生にアナウンスした上で学籍番号を記入させた。これは受講前後での得点の差を把握できるようにするためである。

### 3 結果

4月調査における「進路選択に対する自己効力感尺度」と「進路選択に対する結果期待尺度」の信頼性係数( $\alpha$ )は、それぞれ $\alpha=.9578$ ( $N=184$ )、 $\alpha=.7987$ ( $N=191$ )であった。また、7月調査における自己効力感尺度、結果期待尺度の信頼係数は、それぞれ $\alpha=.9655$ ( $N=183$ )、 $\alpha=.8167$ ( $N=191$ )であった。このように、4月調査でも、7月調査でも、両尺度の信頼性係数は高い値を示したことから、両尺度は十分に信頼に値するものであるといえる。

## 1) 進路選択に対する自己効力感と結果期待の変化

4月調査と7月調査における自己効力感と結果期待の比較を表1に示す。表1から、開講直後の4月に比べて、講義終了時の7月には、進路選択に対する自己効力感が有意に上昇していることがわかる。また、自己効力感の下位尺度別に検討した結果、いずれの尺度においても、有意な上昇が見られた。さらに、進路選択に対する結果期待についても有意な上昇が認められた。

これらの結果は「キャリア設計」の講義が受講生の進路選択に対する自己効力感と結果期待に肯定的な影響を及ぼしたことを示している。

## 2) 性差に関する検討

表1 「キャリア設計」前後での自己効力感の変化

尺 度	4月	7月	t 値	自由度
進路選択に対する自己効力感 (全体)	166.39	188.90	12.207 ***	175
進路選択に対する自己効力感	33.21	38.00	10.496 ***	187
問題解決に対する自己効力感	33.16	37.32	9.222 ***	187
計画立案に対する自己効力感	30.88	35.88	10.286 ***	186
自己適正評価に対する自己効力感	35.34	39.38	7.505 ***	184
職業情報の収集に対する自己効力感	34.40	38.14	7.607 ***	188
進路選択に対する結果期待	16.59	17.02	2.244 +	190

\*\*\*は  $p < .001$  \*は  $p < .01$  +は  $p < .05$  を表す。

次に、男子学生と女子学生に分けて、進路選択に対する自己効力感と結果期待の変化を見てみる。表2に示すように、男子学生においては、自己適性評価に対する自己効力感と進路選択に対する結果期待を除いて、有意な上昇が認められた。一方、女子学生については、すべての尺度に

表2 男子学生における「キャリア設計」前後での自己効力感と結果期待の変化

尺 度	4月	7月	t 値	自由度
進路選択に対する自己効力感 (全体)	172.24	192.12	4.297 ***	40
進路選択に対する自己効力感	36.85	39.00	2.260 +	46
問題解決に対する自己効力感	34.61	38.76	3.872 ***	45
計画立案に対する自己効力感	30.96	35.51	3.165 *	44
自己適正評価に対する自己効力感	36.91	39.27	1.691	43
職業情報の収集に対する自己効力感	35.22	38.78	3.205 *	45
進路選択に対する結果期待	16.83	16.91	184	46

\*\*\*は  $p < .001$  \*は  $p < .01$  +は  $p < .05$  を表す。

において有意な上昇が認められた(表3)。このように、「キャリア設計」の効果は男子学生よりも女子学生に顕著に現れた。

表3 女子学生における「キャリア設計」前後での自己効力感と結果期待の変化

尺 度	4月	7月	t 値	自由度
進路選択に対する自己効力感(全体)	164.61	187.92	11.913***	134
進路選択に対する自己効力感	32.00	37.67	11.347***	140
問題解決に対する自己効力感	32.69	36.86	8.524***	141
計画立案に対する自己効力感	30.85	36.00	11.346***	141
自己適正評価に対する自己効力感	34.84	39.42	8.265***	140
職業情報の収集に対する自己効力感	34.14	37.93	6.969***	142
進路選択に対する結果期待	16.51	17.05	2.651*	143

\*\*\*は  $p < .001$  \*は  $p < .01$  +は  $p < .05$  を表す。

廣瀬(1998)によれば、自己効力感を進路関連領域に応用した研究は、女性の進路発達を理解するために自己効力理論からアプローチした Hackett & Betz の研究に始まったと言う。男性中心の職業に対して女性の自己効力感が低いことは、女性たちが自分自身の可能性を過小評価することにつながり、職業選択への障害になっていると問題提起したのである。4月から7月への変化が女子学生において大きいことは、「キャリア設計」が女子学生の進路選択過程に肯定的な効果を及ぼす可能性を示したものであると言える。

### 3) 自己効力感の初期値による変化

さらに、進路選択に対する自己効力感の初期値(4月調査での値)によって、「キャリア設計」の効果が異なるのかどうかを検討した。具体的には、4月調査における自己効力感尺度の得点によって、対象者を自己効力感下位群、自己効力感中位群、自己効力感上位群の3群に分け、それぞれの群ごとに4月調査と7月調査の結果を比較した。自己効力感下位群は4月調査における自己効力感尺度の合計点が154点以下のもの、中位群は155点から180点のもの、上位群は181点以上のものである。

これらの3群における自己効力感の変化を、それぞれ表4から表6に示す。表から明らかなように、自己効力感下位群と中位群は7月調査での自己効力感が大きく上昇していた。自己効力感の下位尺度についても同様の結果が認められた。一方、上位群については、自己効力感尺度全体では有意な上昇が認められたものの、下位群、中位群と比べると、上昇の程度は小さかった。また、自己適性評価に対する自己効力感については、有意な上昇は認められなかった。

上位群の場合には、初期の自己効力感が高いため、7月調査において得点が上昇する余地がない、いわゆる天井効果が認められたことになる。一方、自己効力感下位群や中位群における大き

表4 4月の自己効力感低位者の自己効力感の変化

尺	度	4月	7月	t 値	自由度
進路選択に対する自己効力感 (全体)		133.85	167.27	9.645***	58
進路選択に対する自己効力感		25.68	33.55	9.813***	59
問題解決に対する自己効力感		27.51	33.47	7.068***	58
計画立案に対する自己効力感		24.42	31.13	6.984***	59
自己適正評価に対する自己効力感		27.76	35.58	7.640***	58
職業情報の収集に対する自己効力感		28.60	33.97	5.715***	59
進路選択に対する結果期待		15.60	15.87	.715	59

表5 4月の自己効力感中位者の自己効力感の変化

尺	度	4月	7月	t 値	自由度
進路選択に対する自己効力感 (全体)		166.46	189.22	8.729***	58
進路選択に対する自己効力感		33.30	37.63	5.561***	62
問題解決に対する自己効力感		32.65	37.37	6.216***	61
計画立案に対する自己効力感		30.44	35.70	6.947***	60
自己適正評価に対する自己効力感		35.69	39.15	4.108***	61
職業情報の収集に対する自己効力感		34.65	38.40	4.199***	61
進路選択に対する結果期待		10.44	16.76	.927	62

表6 4月の自己効力感上位者の自己効力感の変化

尺	度	4月	7月	t 値	自由度
進路選択に対する自己効力感 (全体)		199.41	210.57	3.988***	57
進路選択に対する自己効力感		40.49	42.82	3.416*	60
問題解決に対する自己効力感		39.02	40.79	2.457+	60
計画立案に対する自己効力感		37.78	40.85	3.753***	59
自己適正評価に対する自己効力感		42.25	43.33	1.358	59
職業情報の収集に対する自己効力感		40.42	42.35	2.570+	59
進路選択に対する結果期待		17.59	18.41	2.839*	60

\*\*\*は  $p < .001$  \*は  $p < .01$  +は  $p < .05$  を表す。

な変化は注目に値する。このような結果は、「キャリア設計」の講義が学生全体の「底上げ」に効果的であったといえるのではないだろうか。

#### 4) 学生による授業評価の結果

本学では、講義終了時に受講生が授業に対する評価を行っている。「キャリア設計」についても、講義最終日に授業評価が行われた。ここでは、「キャリア設計」に対する受講生の意見・感想を記載する。授業評価の際、受講生には、適性検査、社会人講師の講義、グループワークについてそれぞれ自由に記載してほしいと教示したので、それら3つの内容について示す。

<適性検査> 「適性検査は自分の適正を知るために、良いものだった」、「適性検査で自分自身のことへの理解が深まったのでよかった」、「適性検査で自分の就きたい職業がいくつか見えてきた（それ以前は全く就きたい職業がわからなかった）」、「適性検査は自分では考えもしない新たな一面がわかったのでよかった」など、肯定的な意見が多かった。「適性検査を受けたけど、はっきりとした展望は得られなかった」という意見もあったが、適性検査とその解説は、多くの受講生の自己理解を促進したようである。

<社会人講師> 職業理解の促進を目的として、社会人講師の講話を行ったが、受講生からは、「生き方や職業、人生について考えるきっかけができた」、「いろんな仕事とかやり方があるのだなぁと新しいことがたくさんわかり、すごくなった」、「自分の将来やろうとしていることが再確認できた」、「自分について深く考えることができた」、「視野を広げると言う意味ではすごく良かった」など、肯定的な意見が多かった。しかし、「もっといろいろな職業の人たちの話が聞いてみたかった」という意見もあった。

<グループワーク> グループワークは、自己と職業の結合を目的に行った。受講生からは、「自分の夢について深く調べることにより、なりたい気持ちがいっそう深まりました」、「みんなで相談しながら進めていくのがとても楽しかった」、「同じ目標の人と話すのは楽しかった」、「自分と近い夢を持つ人の意見を聞けたり、新たな興味を見つけられたりして、よかった」、「自分の興味のある職業だけでなく、それ以外の職業についても知ることができてよかった」、「履歴書を発表してさまざまな職業がわかり、楽しかった」などの意見があった。

同じ目標を持つ仲間と自分の将来について語り合うという機会は、日常の学生生活の中ではほとんどないのであろう。しかし、自分の将来について仲間と語り合いたいと考えている学生は多い。「グループワークを重点的にしてほしい」、「グループワークにもっと時間を割いてもよかった」などの意見はその現れであろうと思われる。その意味で、半ば強制的に語り合わせたことは主体的な進路探索のきっかけを提供したものである。

しかし、「グループの分け方が悪かった」、「みんなで履歴書を作成しても意味がない」などの否定的な意見も多く、グループワークの具体的な方法については再考の必要がある。

## VI 本学キャリア教育の将来展望

結果にも述べたように、2005年度前期に2年生を対象に行われた「キャリア設計」は、受講生の進路選択過程に対する自己効力感と結果期待を十分に高めるものであった。

進路選択過程に対する自己効力感とは、自分自身をより高めようという動機や、広く進路を探索しようという気持ちを強め、自分自身の進路を探し出そうとする行動も促進する。そのため、進路決定を先送りするような傾向を抑制する。また、進路選択過程に対する自己効力感とは、就職活動の具体的な計画、実行を促し、自分自身と職業とを結びつけて考えようとする傾向も促進するので、自己概念が明確になり、自らを高めていこうとする態度や力（自己成長力）も高めるのである。「キャリア設計」が受講生の自己効力感に肯定的な影響を与えたということは、今後、それが自己理解や具体的な進路探索行動を促進し、自己成長力を高めると期待できる。

自己効力感の初期値が低い学生において自己効力感と結果期待の上昇が顕著だったことは、受講生の自己理解や進路探索行動を全体として促進する可能性を示すものである。これはキャリア教育プログラムを正規のカリキュラムの中に位置づけたことの成果であろう。従来行われてきたような希望者のみ参加するガイダンスの場合には、進路への意識の乏しい学生は参加しないことも考えられる。そして、そのような学生が就職活動に出遅れ、結果として、進路決定を先送りしたり、決定できずに、とりあえず卒業だけするという事態を招いていたものと思われる。今後、「キャリア設計」によって上昇した進路選択過程に対する自己効力感が自己成長力を促進する方向で働けば、進路選択のみならず、勉学への動機づけも高まるであろう。このことは、成績不振者を減少させる効果を持つものと期待される。

また、学生全体の7割を占める女子学生の自己効力感と結果期待が男子学生と同程度まで上昇したということは、女子学生が自らの進路選択過程に自信をつけたことを示している。女子学生にとって困難な就職状況が続いているが、自己効力感とは直接的に行動を導くことが仮定されるので、進路選択過程に自信をつけた女子学生の今後の進路探索には大きな期待が持てる。これも2年生前期という大学生活の比較的はやい時期から、正規のカリキュラムの中で、キャリア教育を実施した成果であろう。

しかし、今回は就業動機や就業未決定、自己概念、自己成長力などについては調査していない。今後は、高められた自己効力感や結果期待がこれらの変数にどのような影響を及ぼすのか、時間経過を追って検討する必要があるだろう。

このように、「キャリア設計」の講義が自己効力感や結果期待を促進することが示されたが、その方法については問題も多い。特に、グループワークの方法については改善の余地がある。

しかし、もっとも大きな問題は、自己理解と職業理解、およびそれらの結合をどのように考え、今後のプログラムに反映させていくかと言う点である。本学キャリア教育プログラムは、従来のガイダンス中心の進路指導への反省から導入されたものである。従来、大学生のようなキャリア探索の初期にある者は、まず、自己評価に関心を持ち、その後、採用や労働市場についての情報に関心が向くと考えられてきた。進路ガイダンス等でもまず自己理解（いわゆる“自己分析”）が強調され、十分な自己理解の後に、職業について考えようにと指導されることが多かった。

しかし、学生には、大学での勉強と職業とを結び付けて考える機会がほとんど提供されていない現状がある。職業や進路に関する情報が提供されないまま、自己分析だけを行っても、自己理解は深まらないだろう。もちろん、職業選択の幅も狭いままである。そう考えると、自己理解を深めると同時に、あるいは、それ以前に、職業情報が提供されることが望ましいと思われる。

この点について、安達（2001）は、女子短大の1年生の場合には、就職情報を広く収集することへの効力感が、そして、2年生では、自分の適性について正しく評価を行うことへの効力感が、職業選択過程で重要な役割を担うことを報告している。つまり、早い段階で豊富な進路情報を提供することが、職業や社会への興味・関心を高めることにつながるのである。そして、その後に、自己理解の機会を提供することで、進路・職業と自分自身との結びつきに関する理解が促進されるということである。

本学キャリア教育プログラムの問題点は進路情報を提供する機会が少ないことである。大学の講義として展開する以上、仕方のないことでもあるが、現実の仕事世界に触れる機会がより多く与えられることは、職業に対する興味・関心を高めるだけでなく、進路選択過程に対する自己効力感に影響を与えることによって、勉学への興味・関心を高める可能性がある。

ただし、キャリアを職業に限定してしまうことは危険である。正規のカリキュラムの中にキャリア教育を位置づけたのは、それが決して就職のための指導でもないし、職業斡旋でもないからだ。キャリア教育プログラムを適切に展開していかないと、従来の進路ガイダンスの繰り返しになってしまうだろう。

本学キャリア教育の適切な展開のために、今後も調査を継続していく予定である。

## Ⅶ 文 献

- 安達智子 2001a 大学生の進路発達過程－社会・認知的進路理論からの検討－ 教育心理学研究、49, 326-336.
- 安達智子 2001b 進路選択に対する効力感と就業動機、職業未決定の関連について－女子短大生を対象とした検討－ 心理学研究、72, 10-18.
- 安達智子 2004 大学生のキャリア選択－その心理的背景と支援－ 日本労働研究雑誌、533, 27-37.

- 廣瀬英子 1998 進路に関する自己効力研究の発展と課題 教育心理学研究、46, 343-355.
- 宗方比佐子 2002 職業の選択 キャリア発達の心理学 宗方比佐子・渡辺直登(編著) 川島書店
- 労働政策研究・研修機構 2004 移行の危機にある若者の実像—無業・フリーターの若者へのインタビュー調査(中間報告)
- 浦上昌則 1996a 女子短大生の職業選択過程についての研究—進路選択に対する自己効力、就職活動、自己概念の関連から— 教育心理学研究、44, 195-203.
- 浦上昌則 1996b 就職活動を通しての自己成長—女子短大生の場合— 教育心理学研究、44, 400-409.

(付記) 本研究は、独立行政法人日本学術振興会科学研究費補助金(基盤研究(C))ならびに宮崎学術振興財団助成金による研究成果の一部である。

## VIII 資料

進路選択に対する自己効力感の質問項目(安達、2001a)

1. 将来の職業を決定し、その後は職業選択について悩まない
2. 職業生活で何を重要視するかを明確にする
3. 将来どういう仕事をしたいのか具体的に挙げてみる
4. 理想のライフスタイルにあった職業を選択する
5. 自分をもっとも適している職業領域を確立する
6. 自分の興味にあった職業を選択する
7. 現在考えているいくつかの職業の中から1つに絞り込む
8. 自分の能力に見合った職業を選択する
9. 自分にとって理想的な職業とは何かを確立する
10. 人との接触を主とする職業に就くのか、主に物や情報を扱う職業に就くのかを決定する
11. 失敗や挫折があっても希望する職業に就くために努力を続ける
12. 志望職種に就くためには試験や面接がうまくいなくても再度チャレンジする
13. 困難な問題が生じてても目標とする職業に就くために頑張る
14. 就職活動中にトラブルがあった時はうまく対処する
15. 好きな仕事に就くためなら遠近や地域を問わず、どこにでも移動する
16. 志望職業に両親や友人が反対しても、説得して理解を得る
17. たとえ長い時間や労力がかかっても、将来の職業のためになるなら知識や技術を身につける
18. 希望していた職業が自分に合わないと思えばはっきり拒否する



- 19.第一希望がかなわなかった場合、すぐに頭を切り替える
- 20.欲求不満を感じても、志望職業に就くために粘り強く頑張る
- 21.将来の職業のために在学中にやっておくべきことの計画をたてる
- 22.将来仕事で活かせるように働く経験（アルバイトやボランティアなど）を積む
- 23.将来の仕事において役立つと思われる免許・資格取得の計画をたてる
- 24.将来の職業を念頭において授業の履修計画をたてる
- 25.人生の目標を明らかにし、それに従って職業計画を組み立てる
- 26.志望職業の実現に向けて就職活動の計画を念入りにたてる
- 27.希望通りの就職活動が出来なかったときの対処法を考えておく
- 28.これからの5年間について目標に向けた計画をたてる
- 29.就職時の面接でうまく対処する方策を考える
- 30.職業計画に無理が生じた場合、柔軟に計画を修正できるようにしておく
- 31.将来、どのような人生を送りたいかを明確にする
- 32.自分がどのような職業分野に向いているかを理解する
- 33.自分の適性や能力を正確に把握する
- 34.自分の興味にあった職業分野をいくつか挙げる
- 35.自分の性格や興味を正確に判断する
- 36.仕事をするうえでの自分の長所と短所を理解する
- 37.自分の将来の目標と、これまでの経験を関連させて考える
- 38.職業選択の際、何を重視して職業を選ぶかを明確にする
- 39.自分の性格にあう職業分野を明確にする
- 40.能力や適性を活かせる職業分野をいくつか挙げる
- 41.自分が興味のある職場を訪問し、必要な情報を収集する
- 42.新聞・雑誌・テレビ・インターネットなどを利用して職業情報を集める
- 43.関心のある職業に就いている人から仕事についての話を聴く
- 44.将来携わりたい職業の仕事内容を調べる
- 45.就きたい職業に必要な資格・免許・技術などについて調べる
- 46.興味ある領域の会社や組織に関する情報を入手する
- 47.興味ある組織では、どのような人材を必要としているかを調べる
- 48.就職課や大学の教員から職業に関する情報を得る
- 49.現在の日本の求人動向を把握する
- 50.就職課や図書館などで各種資料を活用して職業に関する情報を得る

進路選択に対する結果期待の質問項目（安達、2001a）

- 1.仕事についていろいろと勉強すれば、よりよい職業選択ができるだろう

- 2.自分の趣味や能力を理解すれば、よりよい職業選択ができるだろう
- 3.仕事でどのような知識や技術が必要となるかわかっていれば、よりよい職業選択ができるだろう
- 4.じっくり時間をかけて職業情報の収集を行えば、よりよい職業選択に何が必要なのかわかるだろう